



# 病院だより VOL.50

〒336-0931埼玉県さいたま市緑区原山3-15-31 TEL.048-882-2867  
FAX.048-882-2887 <http://www.kyosai-hosp.or.jp/>



元荒川（岩槻） 写真：小田裕子

## 病院だより VOL.50 ご案内

- 病気の解説
  - 子宮がんについて 婦人科医長 布施 彩
  - 虫垂炎について 外科医長 小櫃 保
- トピックス
  - 『夏バテ防止!! 果物を食べて暑さを乗り切ろう』
- 外来診察表

## 共済病院 理念

1. 地域を支える医療
2. 安全で安心できる医療
3. 患者様に寄り添った医療
4. 全職員の自己研鑽による質の高い医療

# 病気の解説

## 2年に一度は検診を 子宮がんについて 婦人科医長・内科 布施 彩

子宮がんは子宮の入り口の頸部にできる「子宮頸がん」と子宮奥の子宮体部にできる「子宮体がん」があります。子宮頸がんは子宮がん全体の6-7割を占めており、20-30代の女性に一番多いがんと言われています。

子宮頸がんは、性交渉によって感染するHPVというありふれたウイルスが原因ですが、たとえ感染しても多くの人は自分の免疫力でウイルスを自己排除できます。しかし約10%の人はウイルスを排除できずに感染が持続してしまい、一部でその細胞が変化し、前がん状態の「異形成」になります。異形成の一部は10数年程度で子宮頸がんに進んでいきます。

子宮頸がんは長い年月をかけて進行するので、異形成のうちに発見できれば、子宮摘出せずに治ります。そのためにも2年に一度は定期的に子宮頸がん検診を受けることをお勧めします。

併せてHPVワクチンを接種すれば異形成を予防することも可能な時代になりました。

一方、子宮体がんは50-60代に多く、そのほとんどに不正出血の自覚症状が見られます。ホルモン補充療法を受けていたり、肥満、高血圧、糖尿病などがある人はリスクが高いといわれます。

気になる症状があれば、お気軽に婦人科外来へお越しください。そんなことで病院に行ってもいいのか、と悩まずにぜひ一度ご相談ください。

## 虫垂炎は、手術？抗菌薬で散らす？

### 外科医長 小櫃 保

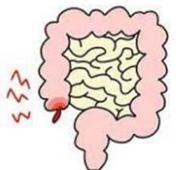
虫垂炎は糞石（便が固まったもの）やリンパ濾胞というリンパ組織の集まったものが増えてしまうことで、虫垂内腔が閉塞され細菌感染を起こしてしまう病気です。“盲腸”と言ったほうが、なじみがあるかもしれませんが。虫垂炎の治療は手術が推奨されています。過去には手術をしたが虫垂炎ではなかったなどの話もあったようですが、現在は画像診断の発達に伴いそのような事は皆無です。それだけではなく、抗菌薬の進歩によりなんと9割近くがクスリで散らすことができるようになりました。腹痛で受診し、「虫垂炎だから今から手術しましょう」と言われると大多数の患者さんが手術を躊躇され、抗菌薬による治療を希望されます。ほとんどがクスリで散らせるので当然といえば当然です。

しかし、手術をしない場合、注意点が3つあります。①抗菌薬を投与しても改善しない可能性が約10%あります。その際は手術に踏み切るしかありません。治療開始当初より手術難度が上がり合併症のリスクが高くなります。②虫垂炎の再発のリスクがあります。退院後に再発する可能性は5年以内に約40%と言われています。③虫垂腫瘍を見逃す危険があります。虫垂炎の原因の約1%が腫瘍による閉塞と言われています。実際に虫垂炎で手術し術後の病理検査で虫垂癌と診断されるケースもあります。

そこで、緊急手術が必要な場合や早期の手術を希望される場合は早急に手術を行います。それ以外の場合は、一度クスリで散らしたのち、虫垂や周囲の炎症が収まる2-3か月経過後に患者さんの予定・都合に合わせて手術を行うことを勧めています。



当院でも診療を行っています。  
症状に心当たりのある方はお気軽にご相談ください。



病棟に患者様の短冊を  
飾らせていただきました。

みなさまの願いが叶いますように。





# ～管理栄養士が勧めるお料理レシピ～栄養科

## 夏バテ防止！！果物を食べて暑さを乗り切ろう

夏の果物といえば、西瓜やメロン、トロピカルフルーツ等々。暑くて食傷気味でも喉越し良く食べられます。旬の食べ物にはその季節の健康管理に欠かせない効能がたくさん。果物は暑さで火照った身体を冷やす体温調節の他に、水分やカリウムを補給し脱水予防にも効果的な食べ物です。また豊富なビタミンCや食物繊維は疲労回復や腸活に役立ちます。そのまま食べてもシンプルに美味しいですが、ドリンクやデザートはもちろん、お料理にも応用できるメニューをご紹介します。是非お試しください。果物パワーで暑い夏を元気に過ごしましょう。 文・料理製作 和田 啓子

### マンゴーラッシー



材料と作り方(2人分) 1人分 163kcal 食塩相当量 0.2g

- ・マンゴー(生でも冷凍でも可)100g ・ギリシャヨーグルト 100g
- ・牛乳 150 cc ・蜂蜜大匙 1～2 ・ミントの葉(お好みで)

良く冷えた材料をミキサーにかけ、グラスに注ぎミントの葉を飾る

### キウイとパクチーのサラダ



材料と作り方(2人分) 1人分 95kcal 食塩相当量 0.7g

- ・ゴールドキウイ 1個 ・ホタテ(刺身用)3個 ・パクチー 30g
- <調味料> 酢大さじ1 ナンプラー小匙 1 黒胡椒少々 白ごま油小匙 2 赤唐辛子少々(お好みで)

ボウルに調味料を合わせておく。食べやすい大きさに切った具材を入れ混ぜ合わせる。\*パクチーが苦手な方は水菜や胡瓜でもおいしくできます

### ハワイアンピザ



材料と作り方(1枚分) 1人分(1/4枚)186kcal 食塩相当量 0.6g

- ・ピザクラフト生地(市販)1枚 ・パイナップル(生でも缶詰でも可)150g
- ・クリームチーズ 20g ・ココナッツオイル大匙 1/2 ・ピザ用チーズ 30g
- ・蜂蜜大匙 1 ・ココナッツファイン(削ったココナッツ) 大匙 1

ピザ生地にココナッツオイルを塗り、クリームチーズ、パイナップルを並べピザ用チーズと蜂蜜をかける。最後にココナッツファインをふりかけ、230度のオーブンで約10分チーズが溶けて表面がきつね色になるまで焼く。

### パイナップル炒飯



材料と作り方(4人分) 1人分 429kcal 食塩相当量 1.9g

- ・完熟パイナップル 1個 ・冷ご飯 茶碗 4杯 ・むきエビ 80g ・干しエビ大匙 1
- ・長葱 1本 ・焼豚角切り 40g ・カシューナッツ(ロースト済み)20g ・卵小 2個
- <調味料> サラダ油大匙 2 生姜みじん切り小匙 1 ごま油大匙 1 顆粒鶏がらスープの素小さじ 1 ナンプラー大匙 1 塩胡椒少々

パイナップルは縦半分にカットし中身をくりぬき器にする。果肉は一口大に切っておく。冷ご飯に溶き卵を混ぜておく。フライパンにサラダ油、生姜、干しエビを入れて炒め香りが出たらむきエビを加える。むきエビに火が通ったらいったん取り出し、粗みじん切りの長ネギ、焼豚、ご飯を加えて炒め、パイナップルの果肉、カシューナッツを入れる。エビを戻して鶏がらスープ、ナンプラー、塩胡椒で味付けし、最後にごま油を回しかける。パイナップルの器に盛り付ける。

受付時間: 8:45~11:30  
 13:00~17:00 予約時間(変更も含む)  
 診療時間: 9:00~12:00 14:00~17:00  
 13:30~17:30

### 共済病院外来担当医表

令和5年8月

Internal medicine		月	火	水	木	金	土
総合診療科	A M	—	山下	高野	【予約診】石井	●松本	—
	P M	【予約診】大和	山下	高野	【予約診】石井 【予約診】大和	●松本 【予約診】大和	—
内科	A M	八坂/吉村	【予約診】船山 【予約診】本松9:30~	【予約診】本松 【予約診】石井	●新井	【予約診】●船山	※交代制
	P M	●青山	【予約診】●船山	—	●新井	【予約診】●布施	—
消化器	A M	【予約診】石田	—	—	—	【予約診】石田	—
	P M	—	—	—	—	【予約診】田代 (第3以外)	—
呼吸器	A M	—	—	—	—	—	—
	P M	—	曾我部	—	●甘利	—	—
糖尿病	A M	—	【予約診】加園	—	—	—	【予約診】生井 ※再診のみ
	P M	—	【予約診】加園	—	—	【予約診】加園	—
循環器	A M	赤池	—	●佐藤	【予約診】荒尾	—	—
	P M	赤池	—	●佐藤	【予約診】荒尾	—	—
神経内科	A M	—	—	—	—	土佐(第2,4)	—
禁煙外来	P M	—	【予約診】●船山 (16時~)	—	—	—	—

※総合診療科は、内科的疾患を総合的に診療することを目的とした診療科です。  
 ※交代制:非常勤医師

Surgery		月	火	水	木	金	土
外科一般	A M	小櫃	遠藤(裕)	小櫃	星野 9:30~	—	—
		【予約診】	【予約診】	【予約診】	【予約診】	【予約診】	【予約診】
	P M	小櫃 13:30~15:00 【予約診】 小櫃~15:00 星野15:00~	手術	【予約診】 星野 15:00~	小櫃 15:30~ 【予約診】 小櫃15:30~ 星野15:00~	—	【予約診】星野
乳腺外科	A M	—	—	—	—	—	【予約診】 蓬原(第2,4)

※土曜日午前、予約診療のみとさせていただきます。

Orthopedics		月	火	水	木	金	土
整形外科	A M	遠藤/原田	伊志嶺	●木下	前田	伊志嶺/原田	※交代制
	※PM 14:00~	原田	前田	●木下	遠藤	原田	—

※午後の診療は14時からの開始となります  
 ※交代制 第1...笹沼、前田 第2...飯島 第3...遠藤、山田 第4...伊志嶺、飯島 第5...笹沼  
 ☆飯島/スポーツ・肩・肘・一般  
 ☆笹沼/スポーツ・膝・肩・一般

Gynecology		月	火	水	木	金	土
婦人科	A M	【予約診】 ●布施9:30~	—	近澤 (第1,第3,第5)	【予約診】 本松 9:30~	【予約診】 ●布施9:30~	—

※「●」は女性医師となります  
 ※内科は基本的に高校生以上の診療となります(外科・婦人科はお問い合わせ下さい)

医療法人 博仁会 共済病院  
 ☎ 048-882-2867 (代)



病院だよりはweb版もあります。  
 当院のホームページからぜひご覧ください。  
<http://www.kyosai-hosp.or.jp/>



医療法人博仁会 共済病院

☎ 048-882-2867

受付時間 8:45~11:30/13:00~17:00

予約変更 14:00~17:00

休診日 土曜午後・日曜・祝日・年末年始